

**UPAYA PENINGKATKAN HASIL BELAJAR
LOMPAT TINGGI GAYA *STRADDLE*
MELALUI PENDEKATAN BERMAIN
PADA PESERTA DIDIK KELAS X AP2 SMK NEGERI 1 BANYUDONO
TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016**



SKRIPSI

Oleh :

ABDUL MAJID AS'ARI

K4612002

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA
Juni 2016**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Abdul Majid As'ari
NIM : K4612002
Program Studi : Penjaskesrek

Menyatakan bahwa skripsi saya berjudul **“UPAYA PENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT TINGGI GAYA *STRADDLE* MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA PESERTA DIDIK KELAS X AP2 SMK NEGERI 1 BANYUDONO TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016”** ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri. Selain itu, sumber informasi yang dikutip dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Apabila pada kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan skripsi ini hasil jiplakan, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Surakarta, 20 Juni 2016
Yang membuat pernyataan,

Abdul Majid As'ari

**UPAYA PENINGKATKAN HASIL BELAJAR
LOMPAT TINGGI GAYA *STRADDLE*
MELALUI PENDEKATAN BERMAIN
PADA PESERTA DIDIK KELAS X AP2 SMK NEGERI 1 BANYUDONO
TAHUN PELAJARAN 2015 / 2016**

Oleh :

ABDUL MAJID AS'ARI

NIM. K4612002

Skripsi

**diajukan untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA**

Juni 2016

PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Surakarta, 20 Juni 2016

Pembimbing I

Drs. Agus Margono, M.Kes
NIP. 19580822 198403 1 002

Pembimbing II

Sri Santoso Sabarini, S.Pd, M.Or
NIP. 19760822 200501 2 001

PENGESAHAN

Nama : Abdul Majid As'ari
Nim : K4612002
Judul Skripsi : Upaya Peningkatan Hasil Belajar Lompat Tinggi Gaya *Straddle*
Melalui Pendekatan Bermain Pada Peserta Didik Kelas X AP2
SMK Negeri 1 Banyudono Tahun Pelajaran 2015/2016

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta pada hari Kamis, tanggal 28 Juli 2016 dengan hasil LULUS dan revisi maksimal 3 bulan. Skripsi telah direvisi dan mendapat persetujuan dari Tim Penguji.

	Nama Penguji	Tanda Tangan	Tanggal
Ketua	: Drs. Sunardi, M.Kes	_____	_____
Sekretaris	: Drs. Waluyo, M.Or	_____	_____
Anggota I	: Drs. Agus Margono, M.Kes	_____	_____
Anggota II	: Sri Santoso Sabarini, S.Pd.,M.Or	_____	_____

Skripsi disahkan oleh Kepala Program Studi Pendidikan jasmani Kesehatan dan Rekreasi pada :

Hari :

Tanggal :

Mengesahkan

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Sebelas Maret

Kepala Program Prodi
Penjaskesrek

Prof. Dr. H. Joko Nurkamto, M.Pd.
NIP 19610124 198702 1 001

Drs. Sunardi, M.Kes.
NIP. 19581121 199003 1 004

ABSTRAK

Abdul Majid As'ari. **UPAYA PENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT TINGGI GAYA *STRADDLE* MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA PESERTA DIDIK KELAS X AP2 SMK NEGERI 1 BANYUDONO TAHUN PELAJARAN 2015/2016**, Skripsi. Surakarta : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta, Juni 2016.

Tujuan Penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar lompat tinggi gaya *straddle* dengan menerapkan pendekatan bermain pada peserta didik kelas X AP2 SMK Negeri 1 Banyudono Tahun pelajaran 2015 / 2016.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Penelitian ini dilaksanakan dalam satu siklus, dengan tiap siklus terdiri atas perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah peserta didik kelas X AP2 SMK Negeri 1 Banyudono yang berjumlah 32 peserta didik yang terdiri dari putri semua. Sumber data berasal dari guru, peserta didik dan peneliti. Teknik pengumpulan data adalah dengan observasi, tes, dan dokumentasi atau arsip. Validitas data menggunakan teknik triangulasi data. Analisis data menggunakan teknik deskriptif yang didasarkan pada analisis kualitatif dengan persentase.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa menggunakan pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar lompat tinggi gaya *straddle* dari prasiklus ke siklus I . Dari hasil analisis yang diperoleh peningkatan hasil belajar lompat tinggi gaya *straddle* pada Siklus I dari 32 peserta didik mencapai 81,25 % atau sebanyak 26 peserta didik sudah masuk kriteria tuntas dengan KKM 3,00.

Simpulan penelitian ini adalah dengan menggunakan pendekatan bermain dapat meningkatkan hasil belajar lompat tinggi gaya *straddle* pada peserta didik kelas X AP2 SMK Negeri 1 Banyudono Tahun Pelajaran 2015 / 2016.

Kata Kunci: Hasil Belajar, lompat tinggi gaya *straddle*, pendekatan bermain.

ABSTRACT

Abdul Maji As'ari. ***IMPROVEMENT EFFORTS OF LEARNING STYLES STRADDLE HIGH JUMP APPROACH THROUGH PLAY IN STUDENTS HIGH SCHOOL CLASS X AP2 VOCATIONAL SCHOOL 1 BANYUDONO YEAR 2015/2016 LESSON***, Skripsi, Surakarta. Teacher Training and Education Science Faculty of the University Eleven Maret Surakarta , June 2016

The purpose of this research is to improve learning outcomes *straddle* -style high jump with approach play on the learner class X AP2 state vocational secondary schools 1 Banyudono in the academic year 2015/2016.

This research is a class action (PTK) . This research carried out in one cycle , with each cycle consisting of planning, action, observation , and reflection. Research subjects are learners class X AP2 state vocational secondary schools 1 Banyudono which totaled 32 students consisting of a princess all. Source data comes from teachers, learners and researchers. Data collection techniques are observation, testing , and documentation or records. The validity of the data using data triangulation technique. Data analysis using descriptive technique that is based on a qualitative analysis by percentage

Results of this study show that the approach can improve learning outcomes play high jump *straddle*-style of prasiklus to the first cycle. Of the analytical results obtained learning outcome *straddle* -style high jump on the first cycle of 32 learners achieve 81.25 % or as many as 26 students have entered the criteria finished with KKM 3.00.

Conclusion of research in approach is to use play to improve learning outcomes *straddle* -style high jump in class X students of vocational schools state AP2 1 Banyudono of the school year 2015/2016 .

key words : learning outcomes , high jump *straddle*-style , approach play

MOTTO

“Kita akan sukses jika belajar dari kesalahan”

(penulis)

“Kerjakanlah, wujudkanlah, raihlah cita-citamu dengan memulainya dari bekerja, bukan hanya menjadi beban didalam impianmu”

(penulis)

“Don’t lose the faith, keep praying, keep trying”

Jangan hilang keyakinan, tetap berdoa, tetap mencoba.

(penulis)

“There is no limit of struggling”

Tidak ada batasan dari perjuangan.

(penulis)

PERSEMBAHAN

Kucurahkan segala pikiran dan doaku untuk membuat hasil karya skripsi ku ini, dan kupersembahkan sebagai bukti cintaku kepada:

“Ayah dan ibuku tercinta (H. Muchsin dan Hj. Rochimah), dan Keluargaku tercinta”

“Almamater Prodi Penjaskesrek FKIP UNS”

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih dan Penyayang, yang memberi ilmu dan inspirasi, dan kemuliaan. Atas kehendak-Nya maka penyusunan skripsi dengan judul **“UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR LOMPAT TINGGI GAYA *STRADDLE* MELALUI PENDEKATAN BERMAIN PADA PESERTA DIDIK KELAS X AP2 SMK NEGERI 1 BANYUDONO TAHUN PELAJARAN 2015/2016”** dapat diselesaikan.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian dari persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta. Menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dan pengarahan dari berbagai pihak. Untuk itu, disampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Kepala Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Drs. Budhi Satyawan, M.Pd. selaku Pembimbing Akademik yang selalu memberikan motivasi dan bimbingan belajar
4. Drs. Agus Margono, M.Kes. selaku Pembimbing I yang selalu memberikan motivasi dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini
5. Sri Santoso Sabarini, S.Pd.,M.Or. selaku Pembimbing II yang selalu memberikan pengarahan dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Kepala SMK Negeri 1 Banyudono, yang telah memberi kesempatan dan tempat guna pengambilan data dalam penelitian.
7. Drs. Agus Widodo selaku Guru mata pelajaran Penjasorkes SMK Negeri 1 Bsnjudono, yang telah memberi bimbingan dan bantuan dalam penelitian.

8. Para Peserta didik kelas X AP2 SMK Negeri 1 Banyudono, yang telah bersedia untuk berpartisipasi dalam pelaksanaan penelitian ini.
9. Semua pihak dan sahabat-sahabat saya yang turut membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.

Skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Meskipun demikian, diharapkan semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca.

Surakarta, 20 Juni 2016

Penulis